Viernes 20 de diciembre del 2024 | Director: Carlos Salinas Guerrero

el Popular

www.elpopular.pe

S/1.00

BRUTAL ASESINATO DE ANDREA VIDAL
BUSCABA DEJAR MACABRA ADVERTENCIA

- Otras involucradas optan por callar tras sicariato contra joven abogada.
- De otro lado, Jorge Torres, quien fue acusado de abuso sexual, niega ser "asesino" o proxeneta".
- Fiscalía investiga red de prostitución en el Congreso.



"SI ALGUIEN HABLA, ACABARÁ COMO ELLA"

JORGE TORRES (ASESOR-APP)

ANDREA JAZMÍN VIDAL GÓMEZ (VÍCTIMA)

PÁGINA 4



MATAN OBRERO



- Fue baleado por sicario y es el tercer miembro de una misma familia asesinado este año. PÁG. 2

LLORA POR CUEVA

- Revelan que Pamela López se acordó de su ex cuando grabó videoclip. PÁG. 9

✚ En julio, sus familiares recibieron 15 balazos por parte de un criminal. ✚ La nueva víctima estaba entrando a una bodega cuando fue atacado. ✚ Asesinatos estarían relacionados a disputa por cobro de cupos por puestos de trabajo.

OBRERO FUE ACRIBILLADO POR UN SICARIO, COMO ANTES SU HERMANO Y CUÑADA

Acaban con una familia



GUSTAVO RAMÍREZ CABRERA (34) VÍCTIMA

María Aybar

Un padre de familia se convirtió en el tercer miembro de una misma familia que es asesinado a balazos por sicarios, al parecer, contratados por una mafia de obreros de construcción inmersos en el cobro de cupos por puestos de trabajo, en Villa María del Triunfo.

El sicario, para no despertar sospechas a su víctima, se vistió con el uniforme de trabajador de construcción, para dispararle y acabar con su existencia.

Según los testigos, Gustavo Ramírez Cabrera (34) se dirigía a su vivienda, pero se detuvo para comprar una gaseosa en una tienda en el comité 54 C de la zona de Nueva Esperanza.

En esas circunstancias, fue interceptado por el falso trabajador que llegó caminando y, sin decir palabra alguna, abrió fuego contra su víctima.

El pistolero le disparó cuatro tiros en la cabeza a Ramírez Cabrera, comprometiendo su vida.

"Vino a comprar porque ya se dirigía a su casa, cuando le disparan", dijo una vecina.

El hombre contratado a sueldo, al ver a su víctima en el piso, que apenas podía respirar y en estado inconsciente, escapó raudo perdiéndose entre las calles de Nueva Esperanza.





RAMÍREZ CABRERA SE DIRIGÍA A SU CASA CUANDO FUE BALEADO EN LA CABEZA.

POLICÍA INVESTIGA EL CRIMEN DEL OBERO.

HERMANO Y CUÑADA

El asesinato de Gustavo Ramírez Cabrera se suma a la de su hermano Diego Ramírez Cabrera y su cuñada Brigid Estrada Cámara (27). Ambos murieron debido al ataque a balazos ocurrido el pasado 5 de julio que sifrieron cuando regresaban a su hogar después de asistir a un velorio.

Los esposos intentaron escapar corriendo, pero cuando se disponían a ingresar a su vivienda, fueron interceptados por un sujeto que los persiguió desde la calle Quillabamba hasta la zona de Nueva Esperanza.

El pistolero les descerrajó 15 balazos en la cabeza a la pareja falleciendo en el acto.

En esa ocasión, el ahora extinto Gustavo Ramírez Cabrera, dijo que su hermano había recibido amenazas de un seudo sindicato que controla las obras de agua y desagüe en el sector.

La familia había solicitado garantías personales, pero los autores intelectuales del asesinato hicieron caso omiso y enviaron un sicario para que le dé muerte.

Según los vecinos, Gustavo se dedicaba a buscar cachuelos aplanando terrenos. ▲

"Quieren matarnos a todos"

La familia del asesinado Guztavo Ramírez Cabrera pide a los agentes del Depincri-Villa María del Triunfo realizar una exhaustiva investigación para ubicar, identificar y capturar al autor material del crimen.

"Ya son tres miembros de mi familia que han matado y hasta ahorita no hay resultados de las investigaciones. Quieren matarnos a todos", dijeron los parientes del occiso.

En la zona no hay cámara de seguridad, sin embargo, la Policía solicitó las imágenes de cámaras de las calles aledañas por donde habría fugado el criminal, que volvió a enlutar a la familia Ramírez.

el Popular
Viernes 20 de diciembre del 2024
Año 40 | Nº 14.757
Director (i): Carlos Salinas Guerrero
Es una publicación de: Grupo La República Publicaciones S.A.
Jr. Camaná 320, Cercado de Lima. Teléfono: 711-6000. Fax: 711-6026.

La palabra de hoy

San Lucas 1: 26-38 "El Espíritu Santo vendrá sobre ti, y la fuerza del Altísimo te cubrirá con su sombra; por eso el Santo que va a nacer será llamado Hijo de Dios".



El cambio

DÓLAR:	COMPRA	VENTA
Informal	3.730	3.750
Bancario	3.132	3.136
Interbancario	3.701	3.787

EURO: COMPRA: 3.992 VENTA: 4.040 (Interbancario)

Seguridad ciudadana

Ten una iluminación adecuada. Mantén correctamente iluminadas la entrada de tu casa y los alrededores de tu hogar; así, proteges tu hogar y a tu familia.

ESTABAN LLENAS DE PASAJEROS EN CARRETERA JULIACA-ALTO INAMBARI

Asaltan tres miniván

✚ Policía hace operativo e interviene a dos sospechosos de los atracos.

C. Álvarez - Y. Maldonado

JULIACA. A balazos, cinco delincuentes asaltaron a pasajeros de tres miniván de servicio público y una motocicleta, llevándose consigo objetos de valor. El hecho ocurrió en el km 15 de la vía Juliaca-Alto Inambari.

Testigos dijeron que los asaltantes interceptaron la miniván VET-967 de la empresa de transportes Perlas del Sur, que transportaba 15 pasajeros.

También asaltaron la miniván X8X-961 de la empresa de transportes Valle Inambari y un tercer vehículo que continuó su ruta.

Tras el atraco, las víctimas realizaron la denuncia y los efectivos armaron el plan cerco y lograron intervenir a Ángel Zapata y Cristina Puma, quienes serían cómplices de este asalto.

Según los detectives, en el vehículo V6X-005, en el que se transportaba la pareja se encontraron pasamontañas, guantes y siete cartuchos de bala sin percutar.



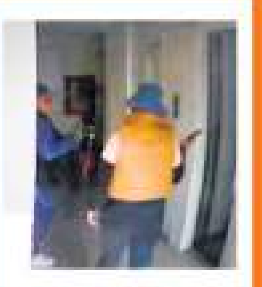
CASI TODOS LOS PASAJEROS PERDIERON SU DINERO Y PERTENENCIAS.

Toma nota: Muchos de los afectados no quisieron presentar la denuncia del robo de sus pertenencias.

Investigan asalto

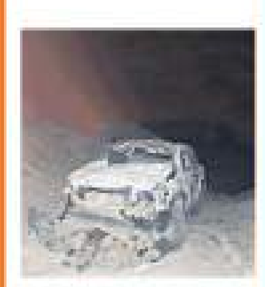
Los detectives del Depincri dijeron que continuarán investigando el asalto a los pasajeros para dar con la identidad de los otros responsables del asalto para su captura.

EN CORTO



FINGEN SER INQUILINAS PARA ROBAR VIVIENDA

Ladronas fingen ser inquilinas para robar en un condominio en la urb. Santa Beatriz, en el Cercado de Lima. Las mujeres tocaron siete veces la puerta de un departamento. Según un vecino, no buscaban a alguien, sino comprobaban que el lugar estaba vacío para poder entrar. (Y. Maldonado)



CUATRO HERIDOS TRAS DESPISTE DE CAMIONETA

AREQUIPA. Cuatro ocupantes de la camioneta ANS738 resultaron heridos, tras el despiste del vehículo en el kilómetro 951 de la carretera Panamericana Sur, en la jurisdicción de Vítor. Los heridos fueron evacuados al Centro de Salud de El Cruce en La Joya. Después fueron derivados al hospital Goyeneche de la ciudad de Arequipa. (Y.M.)

SE TRATARÍA DE UN CASO DE EXTORSIÓN

Delincuentes prenden fuego a mototaxi en Comas



AUNQUE EL CHOFER LO NIEGA, POLICÍA PRESUME QUE LE EXIGEN PAGUE CUPO.

Y. Maldonado

Presuntos extorsionadores quemaron una mototaxi que estaba estacionada en la puerta de la casa del propietario en Comas.

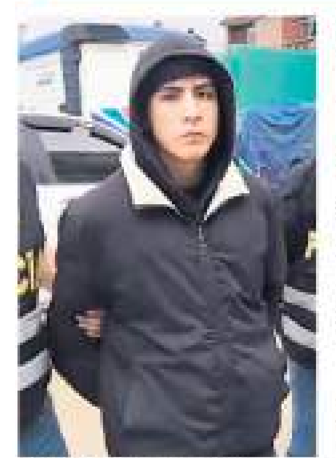
Al lugar llegaron agentes policiales, quienes encontraron dos botellas de gasolina, que hace sospechar que era un caso por presunta extorsión.

Aunque el siniestro no dejó víctimas humanas que lamentar, el vehículo al menos quedó inservible.

Para las autoridades, el ataque habría sido dirigido al propietario de la mototaxi, quien pertenece a la asociación de mototaxistas Santa Rosa.

Según se presume, los delincuentes buscaban presionar al dueño para que acceda al pago de cupos.

Pese a las evidencias halladas por los detectives, el agraviado negó que el incidente fuera un caso de extorsión. "He trabajado aquí durante 10 años y nunca he enfrentado problemas. Nadie me extorsiona. Lo que ocurrió fue que, al regresar del trabajo, no desconecté el contracorriente, lo que causó que los cables se recalentaran y provocaran el incendio en la parte trasera", detalló. (Y.M.)



LE QUITÓ LA VIDA CON CUCHILLO.

MUJER HABÍA TERMINADO LA RELACIÓN

Mata a conviviente

HUANCAYO. Porque decidió poner punto final a la relación tormentosa que vivía, la estudiante de psicología Xiomara Altamirano Quispe (19) fue asesinada a puñaladas por su pareja, un taxista en la casa que compartían.

Frank Laime Zevallos (25) para librarse de las acusaciones llevó a la muchacha de emergencia al hospital Daniel Alcides Carrión donde dijo que se cayó del camarote, pero tras confirmarse su deceso y al ser interrogado por agentes policiales terminó confesando su delito.

La familia de Xiomara denunció que la joven sufría constantes maltratos por parte de su pareja y que ese día iba dispuesta a terminar la relación y salir del inmueble donde convivían. (Y. Maldonado)



ROSALES SE PRESENTÓ EN COMISARÍA.

DEJÓ CUATRO HERIDOS

Regidor choca mototaxi y fuga

El regidor de Villa El Salvador, Loni Rosales, que iba al volante de una camioneta, chocó contra una mototaxi y dejó cuatro heridos en la av. Separadora Industrial. El hombre se dio a la fuga y después se presentó en la comisaría. El conductor de la mototaxi pidió que se haga cargo de los daños. (Y. Maldonado)



Hoy cumple añoS

Jonah Hill (40). Actor, comediante, guionista y productor estadounidense. Ha sido nominado dos veces al Premio Óscar como mejor actor de reparto, por su interpretación en Moneyball y El lobo de Wall Street.

El santo del día

Santo Domingo de Silos. Patrón de los cautivos, pastores y prisioneros.

Un día como hoy

En 2004 En Reino Unido, una banda de ladrones roba 26,5 millones de libras esterlinas de la sede de Northern Bank en la ciudad de Belfast, uno de los mayores robos en la historia.

CON CRIMEN DE ANDREA VIDAL, ASESINOS QUIEREN EVITAR SER DELATADOS ANTE LA POLICÍA

Macabra advertencia de mafia

✚ Sospechosamente no hay ninguna cámara de seguridad que haya registrado el crimen de la abogada.

Fueron 40 balazos. Una comitiva de sicarios conformada por dos autos y una motocicleta. Andrea Jazmín Vidal Gómez fue perseguida por toda la avenida Santa Catalina hasta que fue acribillada en la intercepción con San Eugenio.

Todo estaba meticulosamente planeado para dejar un mensaje, que se desprende del salvajismo del atentado: cualquiera que hable terminaría como ella.

Con solo 28 años de edad y abogada de profesión, Vidal Gómez había trabajado en el Gobierno Regional del Callao en 2019 y posteriormente ingresó al Congreso como asesora en la Oficina Legal y Constitucional a cargo de Jorge Torres Saravia. Este último es un personaje con un pasado polémico, denunciado en 2020 por abuso sexual, aunque curiosamente dicho antecedente no figuraba en los registros presentados al Parlamento.

Torres Saravia, también abogado de profesión, completó estudios de gestión pública en la Universidad César Vallejo, de propiedad de César Acuña.

Sin embargo, su vínculo con Acuña no se limita a su alma mater. Su cercanía con Luis Valdez, brazo derecho de Acuña, lo conecta directamente con el núcleo de Alianza para el Progreso (APP).

Según recientes denuncias, durante la gestión de Torres Saravia se habría montado un aparato para organizar una red de prostitución dentro del Legislativo. El atentado en Santa Catalina habría encendido las alarmas, revelando que el crimen tendría manos ocultas dedicadas a silenciar posibles testigos.



TRAS EL CRIMEN DE ANDRE VIDAL ESTARÍA UNA MAFIA DE PROSTITUCIÓN DENTRO DEL PARLAMENTO.



LA ABOGADA FUE ATACADA A BALAZOS EN LA VICTORIA.

Dos de Mayo

Andrea Vidal fue baleada el 10 de diciembre en el cruce de las avenidas San Eugenio y Santa Catalina en La Victoria. De allí fue llevada al hospital Dos de Mayo, donde falleció el martes 17.

EN SILENCIO

Tras los hechos, compañeras de Andrea Vidal como Lidia Alexandra Gil Ramírez e Isabel Cajo, prefirieron mantenerse en silencio, probablemente por miedo. Miedo a ser vigiladas o a enfrentar una lluvia de balas, como la que acabó con la vida de la joven abogada.

La ferocidad del ataque, de momento, no tiene registro en video, algo sorprendente en una ciudad plagada de cámaras de seguridad. Este medio intentó obtener grabaciones de las cámaras ubicadas en la av. Santa Catalina con San Eugenio, pero curiosamente la municipalidad de La Victoria informó que no estaban operativas.

En tanto, Jorge Torres Saravia salió a declarar junto con su abogado Benji Espinoza. En declaraciones a RPP, el ex funcionario aseguró que el despido de Andrea Vidal se debió a un "retiro de confianza". Sin embargo, afirmó desconocer quién solicitó su separación, pese a que él era el jefe del despacho donde ella laboraba.

Todo indica que el asesinato de Andrea Jazmín Vidal Gómez fue un acto premeditado, diseñado para enviar un mensaje contundente: silenciarla antes de que pudiera revelar los oscuros secretos que rondaban los pasillos del Congreso.



NO ACEPTA QUE LE DIGAN QUE ES EL ASESINO DE ANDREA VIDAL.

QUIERE QUE SE ESCLAREZCA TODO

Torres niega ser proxeneta y asesino

Jorge Torres Saravia, ex jefe de la Oficina Legal y Constitucional, rompió su silencio después de ser acusado de liderar una presunta red de prostitución dentro del Congreso de la República y haber asesinado a Andrea Vidal. "Lo niego rotundamente", dijo a la prensa el ex jefe de la Oficina Legal del Congreso y aceptó que sí trabajó con Vidal en ese poder el Estado, pero aseguró que no con las otras dos trabajadoras denunciantes, pues aseguró que ellas llegaron antes de él al Parlamento. "Soy el primero que quiero que se esclarezca esto", sostuvo. (N.V.C.)

TC ANULA CONDENA CONTRA CERRÓN

Recibe regalo de Navidad



POR ESTE CASO, CERRÓN ESTABA SENTENCIADO A 3 AÑOS Y 6 MESES DE CÁRCEL.

El Tribunal Constitucional (TC) falló a favor de un habeas corpus presentado por la defensa de Vladimir Cerrón, y anuló la condena de 3 años 6 meses dictada en su contra en octubre de 2023 por el caso Aeródromo Wanka. El máximo órgano constitucional indica en su resolución que la justicia ordinaria obvió pronunciarse sobre un recurso de excepción de la acción penal presentada por el procesado y emitió sentencia, "lo que implica una clara vulneración del derecho a la debida motivación de las resoluciones judiciales". Por ello, el TC dispone que el Poder Judicial emita una nueva resolución sobre este caso. (N.V.C.)

VÍCTIMAS CONVERSABAN EN LA CALLE CUANDO FUERON ATACADOS

Sicarios acribillan a tres amigos, dos de ellos mueren

✚ El tercer baleado resultó herido y se encuentra grave en el hospital.



CRIMINALES SE DESPLAZABAN EN MOTO Y APENAS VIERON A LOS AMIGOS, COMENZARON A DISPARAR.

Y. Goicochea - Y. Maldonado

LA LIBERTAD. Sicarios acribillaron a tres amigos en la av. Las Flores, en el sector de Nuevo Chao, distrito de Chao. Debido al ataque dos murieron y el tercero está grave.

Testigos contaron que las víctimas conversaban en la calle, cuando dos sujetos llegaron en una motocicleta y dispararon.

Héctor Yupanqui perdió la vida en el lugar del ataque, mientras que la segunda víctima Carlos Valdivia Sosa (56), fue trasladado de emergencia al Centro de Salud de Chao y luego al Hospital Belén de Trujillo, donde falleció debido a la gravedad de las heridas.

La tercera víctima, Luis Cruzado Fernández permanece hospitalizado, tras presentar múltiples heridas de bala.

Las autoridades intensificaron las investigaciones para esclarecer los motivos del ataque y dar con los responsables.



Sería ajuste de cuentas

La Policía maneja la hipótesis de un posible ajuste de cuentas. No obstante, se realizan las pesquisas para esclarecer este nuevo hecho de sangre que enluta a dos familias.

FAMILIAS LO PERDIERON TODO

Fuego arrasa con casas



SIETE FAMILIAS DAMNIFICADAS.

PIURA. Siete familias lo perdieron todo luego de que un incendio arrasara con sus viviendas en la ampliación 1 de Agosto.

Las llamas se extendieron rápidamente entre las viviendas de material rústico, causando pérdidas materiales y la muerte de 90 animales.

Miluska Quesada, una de las afectadas, narró que perdió todas sus pertenencias, incluido el terno para la fiesta de promoción que iba a celebrar el mismo día de su hijo de 11 años.

"Pensé que quemaban basura, pero era mi casita. Vivo con mi esposo y mis dos hijos. Hoy (ayer) es la promoción de mi hijito, era el niño más emocionado por su promoción y ahora lo ha perdido todo, no tendrá fiesta", narró apenada. (Y.M.)

EN CORTO

CÁMARA DE TAXI GRABA A SUJETO ROBANDO CELULAR

Cámaras de seguridad de un taxi registraron cómo un delincuente aprovechó que el conductor tomaba una siesta para robarle su celular en San Borja.

En las imágenes se ve al sujeto abrir la puerta del vehículo con mucho sigilo para evitar despertar a la víctima, quien olvidó poner seguro a su puerta. El ladrón con cuidado logra abrirla y lentamente ingresa al vehículo para apoderarse del móvil. Luego huye caminando como si nada hubiera pasado. (Y.M.)

VEHICULO ESTABA CON PASAJEROS

Detienen a sujetos que dispararon contra bus



HABÍAN VENIDO EXTORSIONANDO A EMPRESA RÍOS DESDE NOVIEMBRE.

PIURA. La Policía detuvo a tres sujetos, entre ellos un menor, que estarían detrás del atentado contra la empresa de transportes Super Star ocurrido el miércoles.

Emerson Wilfredo N. T., Erickson Luigi M. S. y un adolescente cayeron buscando el arma que habrían usado para cometer el delito.

Como se sabe, los empresarios eran extorsionados desde noviembre. Sujetos que se identificaron como Los Chukys del Norte les exigían 50.000 soles y el pago de un cupo diario. En un primer ataque, el fin de semana, los malhechores le prendieron fuego al portón de la cochera y el miércoles un vehículo recibió más de ocho disparos.

El tiempo: Temperaturas máximas y mínimas pronosticadas para hoy por el Senamhi.

PIURA	CHICLAYO	TRUJILLO	CAJAMARCA	IQUITOS	LIMA	ICA	AREQUIPA	CUSCO	JULIACA	PUNO	TACNA
32ºC - 19 ºC	26 ºC - 17 ºC	26 ºC - 18 ºC	22 ºC - 13 ºC	33ºC - 23 ºC	24 ºC - 18 ºC	33ºC - 16 ºC	27ºC - 10 ºC	22 ºC - 5 ºC	21 ºC - 6 ºC	19 ºC - 6 ºC	27 ºC - 15 ºC

La Luna

LUNA LLENA	CUARTO MENGUANTE	LUNA NUEVA	CUARTO CRECIENTE
15/12/24	23/12/24	30/12/24	8/12/24

DESDE ESTE MES PARA TRABAJADORES DEL SECTOR PÚBLICO

Oficializan aumento de S/50

✚ Se incluye también a los de Ley de Productividad Laboral y Servicio Civil.



INCREMENTO VENDRÁ CON EL SUELDO DE DICIEMBRE.

Nicole Vásquez Cuba

Buenas noticias. A pocos días de celebrarse las fiestas por Navidad y Año Nuevo, el Gobierno peruano oficializó mediante decreto, un nuevo incremento salarial para los trabajadores del sector público, que empezará a regir desde este mes y se sumará a sus actuales sueldos.

Según la publicación, el aumento es de 50 soles para los trabajadores de los regímenes entre los que se cuentan a los empleados CAS, Ley de Productividad y Competitividad Laboral y Servicio Civil.

Este incremento tiene carácter remunerativo y es de naturaleza pensionable, lo que significa que estará sujeto a cargas sociales y se utilizará como base para calcular beneficios laborales para servidores y funcionarios, según corresponda.

Único requisito

Los beneficiarios de este aumento deben estar registrados en el Aplicativo Informático para el Registro Centralizado de Planillas y de Datos de los Recursos Humanos del Sector Público (AIRHSP).

"BIN LADEN" Y "MAMÁ RATA" SON LOS PEORES

Cuidado con pirotécnicos



SON ALTAMENTE CONTAMINANTES.

Mucho cuidado al comprar pirotécnicos este año. De acuerdo a lo revelado por el Ministerio del Ambiente (Minam), los pirotécnicos conocidos como "Bin Laden" y "Mama rata" son los que generan más contaminación.

Desde el Minam indicaron que estos artefactos, en cuestión de segundos liberan gran cantidad de partículas con colorantes metálicos, químicos y toxinas, pueden ser perjudiciales para las personas y animales que estén cerca o que no los tengan cuidados.

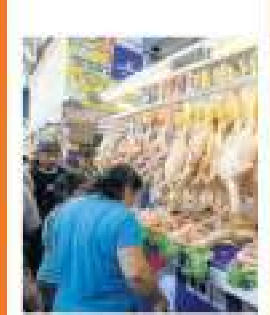
Las autoridades pusieron mayor cuidado en distritos como Villa María del Triunfo (VMT) y San Juan de Lurigancho (SJL), donde en los últimos años se registró un elevado índice de contaminación en fiestas navideñas. (N.V.C.)

EN CORTO



DESMANTELAN PARQUE RECIÉN INAUGURADO

El Parque Central de Villa María del Triunfo, inaugurado con gran pompa el 13 de diciembre por el alcalde Eloy Chávez Hernández, se encuentra ahora en una situación lamentable. Trabajadores de la municipalidad retiraron el grass que habían colocado dejando "pelado" el lugar sin explicación. (N.V.C.)



PRECIO DEL POLLO CONTINÚA EN DESCENSO

El pollo, uno de los alimentos favoritos en las mesas peruanas, registra una significativa disminución en su precio. Según el último reporte de Midagri, el precio llega hasta S/7.10 el kilo en algunas zonas. En mercados como el de Santa Rosa en Chorrillos, el precio varía entre S/9.50 y S/10.50. (N.V.C.)



EN PERÚ SE CONSUME PANETONES MÁS QUE INCLUSO EN ITALIA.

ES EL PAÍS DONDE MÁS SE COME ESE PRODUCTO

Perú líder en panetones

Nos descubrieron. El portal internacional Taste Tomorrow de Puratos dio a conocer que el principal consumidor de panetón en Latinoamérica y el mundo es Perú.

Según el mencionado informe, los peruanos consumen más de un kilo de panetón al año; superando a ciudadanos de Italia, Brasil y Estados Unidos, donde también se comercializa este producto que contiene pasas y frutas confitadas, sobre todo en fiestas navideñas.

Desde el 2019, la mencionada web reveló que el Perú era uno de los mayores consumidores de este bizcocho, pues consumía 34 mil toneladas de panetón al año, superando a las 29 mil toneladas de Italia. (N.V.C.).



INTENCIÓN ES QUE NO SE DESBORDE EL COMERCIO AMBULATORIO.

SE UNIERON MUNICIPALIDADES DEL RÍMAC Y SMP

Operativo en Caquetá

Como parte de un plan de reordenamiento y también de recuperación de espacios públicos por fiestas de fin de año, serenos, efectivos policiales y también fiscalizadores de la municipalidad de SMP y el Rímac, desplegaron un operativo en los alrededores del mercado de Caquetá.

"Tenemos el deber de que el comercio no se descontrole por fiestas, porque eso además trae delincuencia", refirió un fiscalizador.

Este operativo en conjunto se realizó de sorpresa, mientras los comerciantes se instalaban en los alrededores del mercado. "Nadie nos avisó y ahora se han querido llevar mi mercancía, lo hacen a propósito", respondió una vendedora. (N.V.C.)

SICARIOS LO ESPERARON CUANDO SALÍA A TRABAJAR JUNTO CON SU ESPOSA

Extorsionadores balean y dejan grave a chofer de combi

✚ Empresa habría dejado de pagar cupos a extorsionadores.

El chofer de una combi de la empresa de transportes San Juanito, terminó gravemente herido al ser baleado delante de su esposa en Chorrillos.

El ataque sucedió cuando Celestino Pedro Huarhua Ravelo se desplazaba por la av. Alameda Sur.

En esos instantes, dos desconocidos a bordo de una moto que esperaban que pase los vehículos, le dispararon varias veces.

La víctima cayó pesadamente al pavimento con dos impactos de bala en el cuello y cabeza, en medio de los gritos de desesperación de la cobradora. El herido fue trasladado al hospital Casimiro Ulloa.

La empresa habría dejado de pagar cupos a extorsionadores, por lo que se habían vengado para amedrentarlos. (María Aybar)



DOS SICARIOS DISPARARON CONTRA HUARHUA RAVELO.

EN CORTO

SICARIO DISPARA A MUJER EN LA PUERTA DE SU CASA

Una mujer fue baleada por un sicario en la puerta de su casa en Los Olivos.

Vanessa Dávila Tello fue perseguida por un criminal que esperó que se detenga en el frontis del inmueble, cerca de la Iglesia Nuestra Señora de la Evangelización, para dispararle.

Cámaras de seguridad captaron al pistolero, que tras dejar herida a su víctima, escapa corriendo.

Dos menores escucharon detonar los disparos y vieron correr al sicario para escapar. (M. Aybar)

EN NUEVO AEROPUERTO JORGE CHÁVEZ

Carro de ministro del Interior atropella a obrero



SANTIVÁÑEZ SE ENCOTRABA EN EL VEHÍCULO CUANDO OCURRIÓ EL ACCIDENTE.

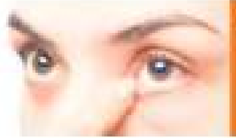
Un trabajador del consorcio Inti Punku, que labora en la construcción del nuevo Aeropuerto Internacional Jorge Chávez, fue embestido por la camioneta que trasladaba al ministro del Interior, Juan José Santiváñez en el Callao.

El accidente ocurrió ayer cuando el titular del Mininter acudió al que será el local de la Superintendencia Nacional de Migraciones del nuevo terminal aéreo.

El trabajador habría cruzado de manera intempestiva, cuando el vehículo oficial retrocedía, siendo impactado.

El colaborador, con lesiones leves, fue socorrido por sus compañeros y trasladado a la clínica San Gabriel. (María Aybar)

Pasa la voz
Mañana, en la sección salud, entérate qué es el ojo seco. Conoce sobre este malestar que podría afectar gravemente tu visión; descubre cuáles son sus síntomas y tratamiento en la página 16.



¡Atención!
Síguenos en las redes sociales de Facebook, Instagram, X y TikTok para más información.

DESCUBRE LAS MEJORES RECETAS NAVIDEÑAS PARA ESTAS FIESTAS CON EL POPULAR: ¡TE ENCANTARÁN!

Comparte en familia un delicioso pollo con miel y puré de camote

✦ Encuentra esta receta el día de mañana por la compra de tu diario favorito.

Alannis Castañeda Saavedra

¡Aprende al lado de grandes expertas! **El Popular** presenta su nueva edición de láminas coleccionables con las recetas navideñas de Angélica Sasaki, Teresa Ocampo y Maricarmen Finocchiaro. Todos los días encontrarás diferentes recetas ideales para disfrutar en familia o iniciar un negocio de banquetes para esta temporada. ¡No dejes pasar esta gran oportunidad y colecciónalas todas!



UN SABOR INOLVIDABLE

El pollo con miel y puré de manzana es una combinación deliciosa y sofisticada que aporta un sabor agridulce, perfecta para ocasiones especiales como cumpleaños, matrimonios, etc.

Esta receta crea una armonía de texturas que conquistarán el paladar de tu familia. Para su preparación se utilizan ingredientes sencillos y no tarda mucho tiempo en cocinar.



DALE UN TOQUE DULCE A TU CENA NAVIDEÑA CON ESTA PECULIAR RECETA.

Reportero ciudadano

Si eres víctima de un hecho delictivo o lo has presenciado, envíanos tus denuncias o pruebas al WhatsApp: 941 000 000. **El Popular** se encargará de hacer pública tu denuncia ante la opinión pública y las autoridades. ¡Juntos hagamos un Perú mejor!

PAMELA LÓPEZ

LLORÓ TRAS RECORDAR PELEA CON CUEVA

✚ Billy Yaipén revela que chimbotana se quebró al recrear agresión por parte de Aladino en videoclip.
✚ En tanto, Pamela Franco no descarta tener un hijo con futbolista.

Omar Lozano.

¡Las heridas no cierran! Pamela López sorprendió a todos sus seguidores y detractores luego de aparecer hace algunos días como la protagonista principal del videoclip del tema *El amor de su vida*, de la Orquesta Candela.

La aún esposa de Christian Cueva fue parte de varias escenas que llamaron la atención del público, sobre todo por su acalorada discusión con Víctor Yaipén hijo que, para muchos, fue una recreación de la pelea que tuvo hace meses con el padre de sus hijos.

Ante las notorias similitudes de la historia del videoclip con lo vivido por Pamela López, Billy Yaipén reveló qué sucedió con la trujillana mientras grababan dichas escenas.

El cantante cumbiambero conversó con el canal de YouTube Las nenas con calle y dio a conocer detalles inéditos de lo que pasó durante el rodaje del video con López.

"Hay una escena donde ella llora y llora de verdad. En la escena donde está con mi hermano Víctor y viene y la samaquea, comienza a llorar de verdad", manifestó Billy.

Igualmente, el integrante de la orquesta también se refirió al talento natural que tiene López para triunfar en el mundo de la actuación.

"Creo que, si es que ella quisiera entrar a ese mundo, yo creo que le va a ir muy bien", agregó.



"Está bueno, está bueno, el trabajo siempre es bueno y chévere. Yo no tengo que desearle nada a nadie". Pamela Franco.

"LE FALTA PREPARACIÓN"

Tras la incursión de Christian Cueva en el canto junto con Pamela Franco, el músico no fue ajeno al tema. Por su experiencia, no dudó en darle algunas recomendaciones al futbolista ya que considera que "no está muy preparado" y hasta le envió tremendo misil.

"Lo que pasa es que para todo hay que tener una preparación y yo creo que no está muy preparado, debería de prepararse más para poder llegar a los escenarios", sostuvo.

"Para llegar a los escenarios, hay que llegar a tener una buena preparación, no solamente hay que tener la voz, sino también hay que tener disciplina, no llegar borracho a un escenario, por ejemplo", sentenció Yaipén. ▲



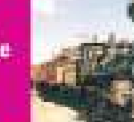
No descarta ser mamá

Pamela Franco abordó el tema de la maternidad. Ante la consulta de si volverá a ser madre, esta vez al lado del ex futbolista de Cienciano, la cumbiambera no negó ni afirmó si piensa dar este paso en su relación. "Un hijo es lindo, siempre", afirmó la cumbiambera sobre el tema.

En boca cerrada:
"Durante muchos años yo lo apoyé en el crecimiento de su carrera (Jackson Mora), y ahora le toca a él apoyarme a mí".
Tilsa Lozano, modelo.

Oye cómo va
Renzo Winder conduce Onda expansiva en radio Onda Cero a las 9:00 a.m.

El Óscar
La conquista del oeste. Historia de la emigración al oeste de Estados Unidos en el siglo XIX, vista a través de tres generaciones de pioneros. Ganó tres Óscar en 1964.



LUCIANA FUSTER

QUITAN SU NOMBRE DE TIENDA DE GAMARRA

✚ Modelo es acusada de vender ropa extranjera.



¡Siguen los problemas! El negocio de Luciana Fuster está envuelto en una ola de críticas tras las acusaciones de comercializar ropa de marcas, como Shein y Temu, presentándolas como productos peruanos.

A raíz de la indignación de los consumidores, la tienda de la cual ella era imagen en Gamarra, decidió ocultar el nombre de la modelo de la fachada de su local, lo que alimentó aún más la polémica.

En las redes sociales muestran el nombre de Luciana Fuster, que previamente figuraba de manera destacada en la fachada, tapado con bolsas negras.

Este cambio no pasó inadvertida y lo interpretaron como un intento de desvincular a Luciana de las acusaciones que le llueven en redes sociales. (O.L.)

EDITH TAPIA

APOYA A SU EX NUERA

✚ Habla sobre perfumes de Alejandra Baigorria.

Pese a la tormentosa relación que tuvieron Alejandra Baigorria y Guty Carrera, Edith Tapia desea que le vaya bien a su ex nuera, tras el lanzamiento de su nueva marca de perfume.

"No sabía de eso (del lanzamiento). Sin embargo, hay que aplaudir la iniciativa de emprender. Las críticas siempre deben ser constructivas, no destructivas. Hay que apoyar a los emprendimientos", comentó.

Tapia asistió al show Cantar hasta morir, que retorna al Centro de Convenciones Barranco los días 9, 10, 15, 16, 23, 24, 30 y 31 de enero. (O.L.)



PAZ Y AMOR CON SU EX NUERA.

MAGALY MEDINA

SE LANZA DARDOS CON ANDREA LLOSA

✚ Conductoras se dicen indirectas durante la preventa de ATV.

✚ "La hipocresía siempre está al lado del mundo", dijo la Urraca.

Omar Lozano.







"Atrevámonos a decir la verdad, le tenemos mucho miedo a la verdad". Magaly Medina.



Rencillas DE AÑOS

Magaly Medina y Andrea Llosa evidenciaron más de una vez que no mantienen una buena relación, pese a que sus programas están en el horario estelar de ATV. El rating fue el detonante principal para su enemistad.

¡No se pueden ver ni en pintura! Magaly Medina y Andrea Llosa fueron las figuras principales en la preventa de ATV, así como los otros personajes del canal que se hicieron presentes en la presentación.

No obstante, en redes sociales se viralizó el preciso momento en el que ambas dan algunas palabras para los presentes.

En las imágenes se puede ver a Medina y Llosa casi juntas, solo siendo divididas por el gerente de ATV, Marcello Cúneo.

Sin embargo, en ningún momento ambas cruzaron miradas, dejando claro que su relación es bastante tirante.

"Creo que es bueno apostar por un cambio, un cambio con propósito, que nos permita reforzar los valores de nuestra sociedad, como el empoderamiento de la mujer y reforzar el autoestima", expresó Llosa durante su discurso.

"DEJEN LAS CARETAS"

Posteriormente, le llegó el turno a la popular Urraca, quien lanzó un contundente mensaje, en el que pidió ser auténticos y quitarse las caretas, en clara alusión a su enemiga pública.

"Atrevámonos a ser reales, las caretas siempre deben dejarse de lado, atrevámonos a decir la verdad, le tenemos miedo a la verdad, por eso la hipocresía siempre está del lado de todo el mundo (...) Que guste siempre el a fácil", sostuvo la p ja ante la mirada compañeros de ca

Ocurrió así

La pareja del ex futbolista Luis Guadalupe, Charlene Castro, fue sorprendida el 2013 mientras salía de un hotel acompañada por un misterioso hombre. Horas después, Cuto anunció su separación.



¿Qué veo hoy?

Arriba mi gente. Magazine conducido por Maju Mantilla, Fernando Díaz y Santi Lesmes. Latina / 9:00 a.m.
Amor y fuego. Programa de espectáculos. Willax TV/ 2:00 p.m.



RAPHAEL

PRESENTA MEJORÍA EN SU SALUD

✚ Médico dice que le harán más pruebas para determinar origen de sus males.

¡Se viene recuperando! Natalia Figueroa, la mujer de Raphael, acudió al hospital madrileño donde se encuentra ingresado el cantante y comentó el estado del artista.

"Todo va muy bien, muy, muy bien", expresó la pareja del famoso intérprete, confirmando lo que se había filtrato en las últimas horas sobre su actual estado de salud.

Como consecuencia de su ingreso, el cantante, de 81 años, canceló los dos conciertos que tenía previsto realizar este fin de semana en Madrid por prescripción médica, decisión que tomó "resignándose", según refirió Natalia Figueroa.

"No obstante, será necesaria la realización de más pruebas para determinar el origen del proceso que presenta", cita el parte médico. (EFE)



SALUD DEL CANTANTE VIENE MEJORANDO LENTAMENTE.

SADHAM JOSÉ

LLEGA DE GIRA A EE.UU.

El cantautor peruano Sadham José, conocido por difundir el folclor contemporáneo, da un giro a su estilo para entregarle a su público una canción que acompañará a sus seguidores en estas fiestas navideñas.

Después de terminar esta exitosa gira por Estados Unidos, Sadham regresó a Perú para celebrar la Navidad con sus compatriotas, y continuar trabajando en el interior del país y de Lima.

Con el tema *Marry Chritsmas my love*, el artista demuestra su versatilidad en la música, ya que después de destacar más de 18 años en el género folclórico contemporáneo, se propone demostrar que puede interpretar otros géneros. (O.L.)


SE ALISTA PARA LA NAVIDAD.

no nos
plauso
belirro-
de sus
nal.

PRESIDENTE DE RUSIA RECONOCE QUE COMBATES SON AÚN COMPLICADOS

Putin admite no sabe cuándo acabará guerra con Ucrania

✚ "Nuestras tropas están luchando heroicamente", insistió ante la prensa.



MANDATARIO DE RUSIA SE NIEGA A DECIR CUÁNDO ACABARÍA LA GUERRA CON UCRANIA.

MOSCÚ. El presidente ruso, Vladímir Putin, admitió ayer que no sabe cuándo logrará su ejército repeler a las fuerzas ucranianas en la región rusa de Kursk, de la que controlan una pequeña parte desde agosto.

"Por supuesto, las derrotaremos", aseguró el presidente ruso durante su gran rueda de prensa anual, respondiendo a una pregunta de una habitante de esa región. "Pero, respecto a una fecha precisa, lo siento, no puedo decirlo ahora", admitió.

Los echaremos absolutamente. Absolutamente. No puede ser de otra manera", insistió el mandatario ruso en rueda de prensa anual.

"Los combates son complicados por lo que pronosticar el futuro es difícil y falto de sentido", agregó el jefe del Kremlin, que mostró un estadarte que le regalaron las tropas rusas. (AFP)



Conquistan territorio

Putin afirmó, igualmente, que la situación en el frente está cambiando "radicalmente" y las tropas rusas conquistan "kilómetros cuadrados" diariamente.

INTENTABAN CRUZAR PANAMÁ RUMBO A EE.UU.

Murieron 55 migrantes



MUCHOS ERAN DE SUDAMÉRICA.

CIUDAD DE PANAMÁ. El presidente de Panamá, José Raúl Mulino, dijo ayer que en lo que va del año, 55 migrantes murieron y 180 niños quedaron abandonados mientras cruzaban la inhóspita selva del Darién rumbo a EE.UU. "Cincuenta y cinco personas han fallecido en el 2024 en la ruta del Darién", en la frontera entre Colombia y Panamá, dijo Mulino durante su conferencia de prensa semanal. Esta selva se convirtió en un corredor para los migrantes que, desde Sudamérica, intentan llegar a EE.UU. En su mayoría son venezolanos, aunque también hay colombianos, ecuatorianos, haitianos y chinos. En esa travesía, los migrantes enfrentan peligros como ríos caudalosos, animales salvajes y grupos criminales que les roban, violan y matan, según organismos internacionales. (AFP)

ALIANZA LIMA ENFRENTARÍA A XENEIZES EN COPA LIBERTADORES

Se viene BOCA.....

Si supera a Nacional de Paraguay, chocará con equipo argentino en la fase 2.

Carlos Lara Porras

Alianza Lima podría enfrentar a Boca Juniors en la Copa Libertadores 2025, según el sorteo del torneo continental que realizó ayer la Conmebol en su sede de Asunción.

Primero, el cuadro blanquiazul deberá enfrentar en la fase 1 al Nacional de Paraguay entre el 4 y 13 de febrero. En el primer partido, el cuadro guaraní será local y los victorianos cerrarán la serie en Matute.

Si el equipo de Néstor Gorosito elimina al Nacional recién se enfrentaría a Boca de Luis Advíncula en la fase 2, entre el 18 y 27 de febrero. El primer duelo sería en Matute y la revancha en Matute.

GOROSITO YA LE GANÓ A BOCA

La prensa refirió que Boca resultó beneficiado en el sorteo de la Copa Libertadores. La cadena TyC indicó que el cuadro xeneize evitó a "varios cucos" y "no tuvo la mala suerte de verse las caras con ningún brasileño".

Además el medio refirió que Alianza "está plagado de argentinos que ya tienen caladas las características de Boca" y recordó que "Néstor Gorosito, le ganó la final de la Copa de la Superliga 2019 cuando estaba al mando de Tigre".

MELGAR ANTE COLOMBIANO

En la fase 2 de la Copa Libertadores, el otro equipo epruano, FBC Melgar se enfrentará al vencedor de la llave entre los colombianos Tolima y Millonarios.

Por su parte, Defensor Sporting, de Alfonso Barco, chocará con Monagas de Venezuela en la fase 1. En tanto, Corinthians de André Carrillo, tendrá como rival a Universidad Central de Venezuela en la fase 2.

Gorosito se ilusiona con Boca

Para Néstor Gorosito, el sorteo de la Copa Libertadores le fue favorable a Alianza Lima, ya que en la fase 1 no rivalizará ante un rival de altura. "Es lindo. Sinceramente, prefería un equipo que no sea de altura, principalmente por la recuperación posterior. Prefería un equipo del llano. Nacional es un muy buen equipo, salió subcampeón de Paraguay. Sé que tiene un equipo joven que juega bien. Ya tendremos tiempo de analizarlos", declaró el Pipo a DSports Radio.

El entrenador argentino se ilusiona con la posibilidad de enfrentar a Boca Juniors en la fase 2 de la Copa Libertadores. "Acerca de la posibilidad de enfrentar a Boca Juniors, agregó: "Ojalá podamos pasar para jugar contra Boca. A mí me encanta jugar contra Boca, es un desafío muy lindo", remarcó el Pipo. (C.L.P.)



ADT con Cienciano por la Sudamericana

Se definieron los cruces de los clubes peruanos que participarán en la Copa Sudamericana 2025, tras el sorteo que realizó la Conmebol.

Como viene sucediendo desde las últimas dos ediciones, los equipos de un mismo país se enfrentan entre sí, en la primera fase del torneo continental en un partido único, donde los vencedores clasificarán a la fase de grupos.

Según el sorteo, ADT recibirá a Cienciano en Huancayo, ya que el estadio Unión de Tarma no cuenta con iluminación artifical.

En tanto, Atlético Grau recibirá a Deportivo Garcilaso, posiblemente en el Carlos Mansiche de Trujillo, ya que el Campeones del 36 tampoco cuenta con iluminación artificial.

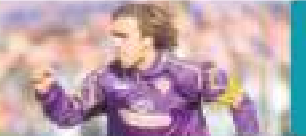
Ambos encuentros se jugarán entre el 4 y 6 de febrero. (C.L.P.)



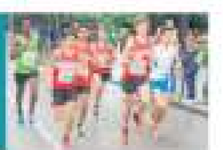
Frases célebres:
"Cuando me probé en Boca me dijeron que debía de rendir 100% más".
Enrique Bochini, ex futbolista.



11
goles en 11 partidos consecutivos marcó Batistuta con Fiorentina en 1994.



Toma nota
Las carreras en ruta tienen como punto común que se realizan fuera del estadio de atletismo.



Arquero de PSG recibió 10 puntos en el rostro y "estará inactivo varios días".

Carlos Lara Porras

PARÍS. "Todo bien", fue el mensaje tranquilizador que publicó en redes sociales el arquero italiano Gianluigi Donnarumma, al día siguiente de la lesión en el rostro que sufrió durante la victoria del Paris Saint-Germain en campo del Mónaco, por la fecha 16 de la Ligue 1.

Donnarumma, que recibió 10 puntos de sutura, adjuntó una foto en la que se le ve relajado sobre un diván en su casa junto con su amado perro caniche y con el dedo pulgar de la mano derecha hacia arriba.

En la imagen se ve una venda que cubre el pómulo derecho del rostro de Donnarumma, que debió ser reemplazado por el ruso Matvey Safonov a los 22 minutos del partido disputado en la víspera, tras el golpe que recibió de Wilfried Singo, defensor marfileño del Mónaco.

"Traumatismo facial con múltiples heridas", se lee en un comunicado emitido por el PSG, según su cuerpo médico, tras los estudios sometidos a Donnarumma al día siguiente del triunfo ante Mónaco, que dejó al equipo parisino al tope de la Ligue 1 con 40 puntos.

Donnarumma será sometido a nuevos estudios "para evaluar la magnitud del golpe y las visibles lesiones faciales", indicó PSG y precisó que estará "inactivo durante varios días".



DONNARUMMA REAPARECIÓ TRAS BRUTAL PATADA EN LA CARA

"Todo BIEN"



Tottenham ganó con susto

LONDRES. Tottenham clasificó a las semifinales de la Copa de la Liga al vencer 4-3 en un dramático partido.

Dominic Solanke (15 y 54'), Dejan Kulusevski (46') y Son Heung-Min (88') anotaron para los Spurs. Joshua Zirkzee (63'), Abdou Diallo (70') y Jonny Evans (90') marcaron para los Red Davils.

Tottenham se enfrentará en las semifinales de la Copa de la Liga al Arsenal, que venció 3-2 al Crystal Palace. La otra llave es entre Liverpool y Newcastle United. (C.L.P.)



Mbappé y su deseo trunco

PARÍS. Pese a que jugó con Lionel Messi en el PSG, Kylian Mbappé reveló que le hubiese gustado jugar con Cristiano Ronaldo. "Jugué con grandes jugadores: Messi, Neymar, Griezmann, Pogba, Benzema... Habría sido divertido jugar con Cristiano, será complicado ahora. Pero tuve la suerte de jugar contra él, una leyenda del deporte", indicó. (C.L.P.)



ARREMETIÓ CONTRA EL BRASILEÑO POR SER MUY CONFLICTIVO.



MATTHÄUS CRITICA A VINÍCIUS JÚNIOR

"Es el nuevo Neymar"

BERLÍN. Lothar Matthäus, leyenda y ex directivo del Bayern de Múnich, arremetió contra Vinicius Júnior, ganador del trofeo The Best de la FIFA, por ser muy conflictivo.

"Para mí Vinicius es el nuevo Neymar... Incita a los espectadores, pelea con los rivales, provoca con gestos... Su comportamiento está en el camino equivocado, Neymar es el modelo a seguir equivocado", dijo el ex futbolista de 63 años sobre el brasileño, que acaba de ganar la Copa Intercontinental con el Real Madrid.

No obstante, el ex capitán de la selección alemana reconoce las condiciones del delantero brasileño. "Vinicius tiene un gran remate, velocidad, todo es de clase mundial", acotó.

Ante de ser criticado por Matthäud, Vinicius se refirió a sus detractores. "Han intentado e intentado invalidarme, disminuirme. Pero no están preparados. Nadie va a decirme por quién debo luchar, cómo debo comportarme. Cuando estaba en São Gonçalo, el sistema no se preocupaba por mí. Casi me tragan", acotó. (C.L.P.)

ESPERA QUE FPF LE PAGUE TODO

Fossati se pone fuerte

Federación negocia con DT para resolver el contrato.

Carlos Lara Porras



EX DT DE PERÚ EXIGE SE RESPETE SU CONTRATO.

Después de que la Federación Peruana de Fútbol (FPF) tomara la decisión de que Jorge Fossati no sea más el entrenador de la selección, se iniciaron las negociaciones para la desvinculación del entrenador uruguayo, que no fueron nada positivas.

Se supo que la FPF ya tuvo un acercamiento con el representante del entrenador uruguayo para llegar a un acuerdo en cuanto a la rescisión del contrato. Sin embargo, la respuesta del estratega charrúa es que se le pague lo que le resta del contrato hasta fin de año, pues no está dispuesto a resignar un dólar.

Las negociaciones seguirán en los próximos días para intentar llegar a un punto medio para resolver el contrato.

CHEMO EN LA MIRA

Con la salida de Fossati de la selección, la FPF piensa ofrecerle el cargo a José del Solar, entrenador de la selección sub-20, para los seis partidos que restan de las eliminatorias.



EL CHOLO ESTÁ DELICADO DE SALUD.

EN UCI DE HOSPITAL DOS DE MAYO

Sotil está internado

¡Fuerza, Cholo! Hugo Sotil, leyenda del fútbol peruano y que dejó huella en el Barcelona de España, está internado en el Hospital Dos de Mayo.

El Cholo tuvo ayer complicaciones y fue ingresado a la zona de trauma shock y tras ser estabilizado fue derivado a la Unidad de Cuidados Incentivos (UCI) de dicho nosocomio. Se descartó la posibilidad de trasladarlo a otro centro de salud, puesto que sería perjudicial para su estado.

Alianza Lima informó que está en contacto con la familia de Sotil para apoyarlo.

En noviembre, Hugo Sotil estuvo en España, donde fue homenajeado por los 125 años del Barcelona, en el que jugó entre 1973 y 1977. (C.L.P.)



Perú en el puesto 40

Perú se ubica en el puesto 40 del reciente ranking que publicó la FIFA. La Bicolor aparece con 1488.42 puntos, y en Sudamérica supera a Venezuela, en el puesto 47, Chile (50), Paraguay (53) y Bolivia (79). Argentina termina por segundo año consecutivo como número uno. (C.L.P.)



Gómez ya es de Cienciano

Alexi Gómez fue anunciado de manera oficial como jugador de Cienciano.

El lateral izquierdo de 31 años llega al Papá procedente del Sport Huancayo.

De otro lado, Cusco FC oficializó el fichaje del lateral izquierdo Álvaro Ampuero, quien llega de Atlético Grau. (C.L.P.)



PARAGUAYO SERÁ EL "9" DE LA 'U'

Churín se pone la crema

Universitario ya tiene su "9" para afrontar la temporada 2025. Se trata del delantero paraguayo Diego Churín, quien llegó a un arreglo con el club crema por un año.

El atacante guaraní, de 35 años, jugó en la reciente temporada por Cerro Porteño con el que marcó cinco goles. Su mejor registro goleador fue en 2018 al marcar con el Ciclón 22 tantos en 51 partidos.

Entre las principales características de juego de Churín es que va bien en el juego aéreo aprovechando su buena estatura (1.87 m), tiene buena definición y también suele jugar fuera del área y ser asistidor.

La opción que manejaba la 'U', el colombiano Leonardo Castro quedó descartado por el elevado costo que exigió Millonarios que solo estaba dispuesto a venderlo, mas no prestarlo.

De otro lado, se supo que Raúl Ruidíaz no llegará a Universitario, por lo menos en este mercado de pases. (C.L.P)

APRENDIENDO EN CASA

Las reglas de convivencia

En el trabajo

EL DATO
La comunicación efectiva es clave en la convivencia laboral, ya que evita malentendidos, fortalece el trabajo en equipo y mejora el entorno en general.

Las reglas de convivencia en el trabajo son importantes para mantener un ambiente armonioso y respetuoso entre todos. Entre las más importantes, está respetar a los otros, escuchando sus ideas sin interrumpir, hablando de manera amable y tolerante. Es fundamental cumplir con las tareas asignadas y ser responsable, ya que esto ayuda a que todos puedan trabajar mejor en equipo. Otra regla clave es mantener el espacio limpio y ordenado, cuidando las herramientas o materiales que se usan.

También es importante pedir ayuda cuando sea necesario y ofrecerla a otros, fomentar la colaboración y resolver problemas dialogando. Gestos como saludar, despedirse y decir "gracias" hacen que el ambiente sea más agradable para todos.





¿Qué es la ética laboral?

La ética laboral es el conjunto de valores y principios que guían el comportamiento en el trabajo. Incluye la responsabilidad, la honestidad, el respeto y la justicia, promoviendo acciones correctas y respetuosas con los demás. Una buena ética laboral ayuda a crear confianza, mejorar la productividad y fortalecer las relaciones en el entorno laboral.



la palabra

Tolerancia

Etimología: Proviene del latín "tolerare".

Concepto: Respetar las ideas o prácticas de los demás.

Sinónimo: Respeto, comprensión, consideración, flexibilidad.

Antónimo: Intolerancia, intransigencia, inflexibilidad.

Inglés: Se escribe "tolerance" y se pronuncia "toulerans".

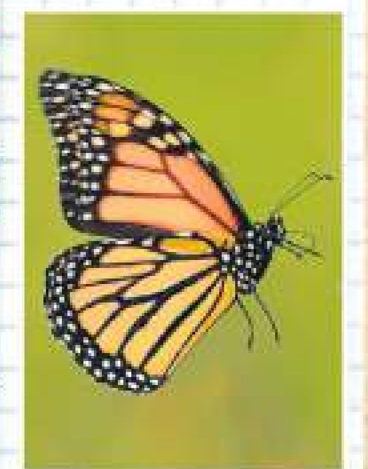
¿Sabías que...?

- La Luna tiene terremotos lunares. Se producen debido a las tensiones de las mareas relacionadas con la distancia entre la Luna y la Tierra.
- Las plantas crecen más rápido cuando suena música, ya que el sonido estimula el movimiento de nutrientes en las células.

MIS TAREAS | Ciencias Naturales

Mariposa Monarca

NOMBRE CIENTÍFICO: Danaus plexippus.
FAMILIA Y ESPECIE: Nymphalidae - D. plexippus, Linnaeus.



La mariposa Monarca es un insecto hermoso con alas anaranjadas y negras. Es famosa por su largo viaje; cada año vuela miles de kilómetros desde EE.UU. y Cánada hasta México, donde pasa el invierno. Les encanta el néctar de las flores y ponen sus huevos en una planta llamada "algodoncillo". Cuando las orugas nacen, se alimentan de estas hojas hasta que se convierten en mariposas. ¡Cuidarlas es importante para nuestro planeta!

Cuida tu cuerpo

Reduce las várices. Evita el sedentarismo, hidrátate correctamente, realiza ejercicios para una correcta circulación de la sangre y no uses ropa ajustada; opta por prendas ligeras.



El dato

Recuerda hidratar correctamente tu rostro antes de aplicar el maquillaje.

Está de moda

Uñas almendradas Se trata de un diseño sofisticado de uñas que logra un efecto alargado y fino en los dedos.



¡LOOK RENOVADO! DESCUBRE LOS PEINADOS QUE CAUSARÁN SENSACIÓN

Cortes de cabello en tendencia para 2025

✚ Conoce los looks más top para el próximo año.
✚ ¡Arriésgate y atrévete al cambio!

Alannis Castañeda Saavedra.

¡Año Nuevo, cabello nuevo! Para 2025, los cortes de cabello y peinados icónicos de los años 90 están de vuelta. En este artículo, Julio Luna, estilista y CEO de BLUSH Hair & Make-Up, nos cuenta sobre estas tendencias y cómo llevarlas a cabo.



LOS TONOS DE CABELLO MÁS POPULARES SERÁN LOS COBRIZOS Y CASTAÑOS.

CORTE EFECTO MARIPOSA

Fue un boom durante el 2024, y lo seguirá siendo para el próximo año. "Este corte aporta mucho volumen al rostro y si lo peinas de la manera correcta puedes lograr un look muy llamativo", comentó el conocido estilista.

CORTE SHAGGY ONDULADO

"Este corte es ideal para cabellos rizados, ya que aporta equilibrio a tu rostro, creando un look versátil y coqueto", resaltó.

ESTILO BOB O BIRKIN BOB

Se trata de un estilo muy popular en los años 90. Consiste en un corte a la altura de los hombros, ideal para rostros redondos. "Se llevará adaptado a la tendencia del momento, con un pequeño flequillo o capas largas", puntualizó.

Lucir mejor

Lorena Villacriz (*)

LA IMPORTANCIA DE DORMIR 8 HORAS

Un estudio realizado por la Universidad de Harvard refiere que las consecuencias de dormir menos de seis horas afectan a nuestro cerebro. Sigue mis consejos para descansar bien y tener un sueño de calidad.

-Alimentación: cena al menos tres horas antes de dormir y que sean alimentos ligeros.

-Ejercicio: realizar ejercicios de noche que sean moderados como yoga, pilates o meditación.

-Baño: tomar un baño caliente antes de ir a descansar, está demostrado que también ayuda a conciliar un sueño de calidad.

Espero puedas poner en práctica estos consejos y conseguir un mejor descanso.

* Especialista en cabello ondulado, rizado y afro en Zamba pisando tierra.

COLECCIÓN: 2 Familia bien alimentada

Receta del Instituto Nacional de Salud.

Pescado entomatado con trigo a la jardinera

INGREDIENTES

- 1/2 kg de pescado.
- Una taza de trigo sancochado.
- 1/4 de kg de tomate.
- Una cebolla pequeña.
- Una taza de arveja fresca verde.
- Una zanahoria.
- 1/2 taza de habas frescas.
- 2 cdtas. de ajos molidos.
- 2 cdas. de salsa de tomate.
- Hojas de laurel y sal yodada al gusto.

PREPARACIÓN

Lavar y sazonar el pescado con ajo y sal yodada. En una olla hacer el aderezo friendo una cdta. de ajos, cebolla en cuadritos, sal y pimienta; agregar arvejas, zanahoria cortada en cuadritos pequeños y una taza de agua dejar hervir y verter el trigo, mezclar y cocinar unos minutos. Preparar un aderezo friendo cebolla y tomate en cuadros pequeños, ajos, salsa de tomate, hojas de laurel y cocinar. Agregar una taza de agua pequeña, añadir el pescado y continuar con la cocción. Servir el pescado entomatado acompañado del trigo a la jardinera.

Secreto del chef

Complementa esta receta con una porción de arroz cocido y salsa criolla para un mejor sabor.

TIPS

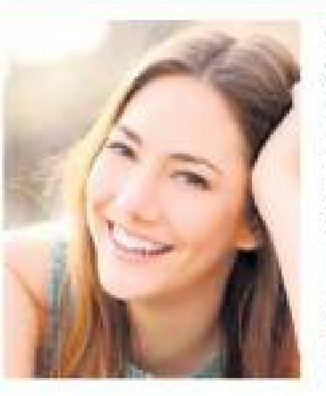
1 ALIMENTOS EMBELLECEDORES

Un truco de belleza elemental está en lo que consumimos. Nuestra piel expone la calidad de los alimentos que comemos. Agrega a tu dieta frutas, verduras y semillas. Son excelentes para eliminar las toxinas que tu piel suele exponer con granitos o resequedad.



2 SONRISA FRESCA Y ENCANTADORA

Si quieres impresionar al hablar o sonreír, mastica hojas de menta antes de salir. Revisa que no queden residuos entre tus dientes. También puedes mantenerlas presionadas entre tu lengua y el paladar. El aire exhalado cuando converses será agradable para quienes se encuentren a tu lado.



3 RUBOR CON LÁPIZ LABIAL

En momentos en que maquillarse parece imposible, aplica este truco para salir del apuro. En las mejillas, usa un lápiz de labios. Cuando necesites verte natural, fresca y arreglada, busca tonos pastel entre tus labiales. Elige los rosas, duraznos o naranjas y espárcelo sobre tus pómulos con suavidad.



Gaturro



Sudoku

	6		5					
7	5			9	2		1	
8				3		4	2	5
9	7	5		8	4			2
			1			8	3	
3			6					9
6	4	8		7				1
	9			4	1	3	7	
				6		2		

Las 7 diferencias



Estos dos dibujos parecen iguales pero no lo son. Fíjate bien y encuentra siete diferencias entre ellos.

¿Quién lo dijo?

"Los que padecéis porque amáis: amad más todavía; morir de amor es vivir."


Pedro Calderón de la Barca


Giovanni Boccaccio


Víctor Hugo

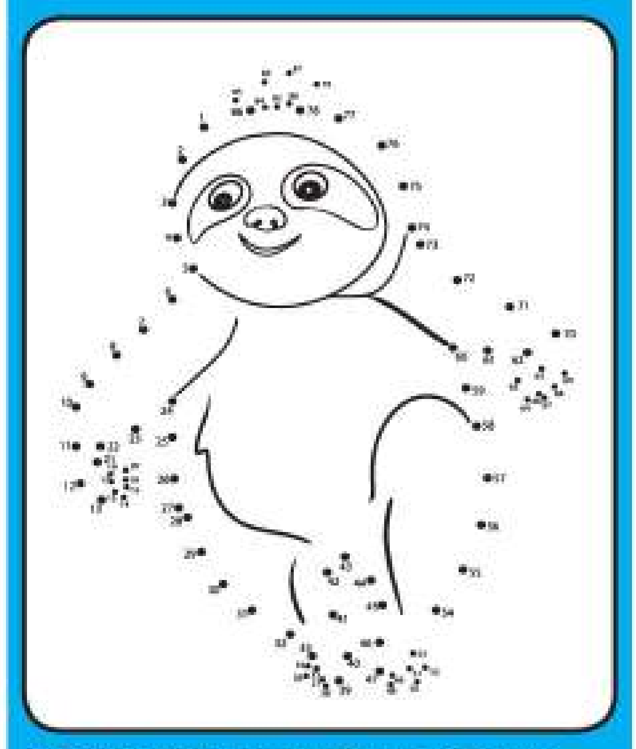
chiste

Algo anda mal
Algo anda mal en estos tiempos... Las mujeres triunfan en el fútbol y los hombres en los reinados.

acertijo

Tiempo ideal
¿Cuál es el tiempo ideal que hay que esperar entre dos embarazos?

A dibujar



Para completar el dibujo traza una línea uniendo los puntos numerados en orden. Al terminar podrás colorear el dibujo.

Soluciones de ayer





El acertijo: Gracias a varios modelos computacionales, se explica que la piel es un patrón de grietas complejas que hacen posible que los animales se mantengan frescos. Este patrón de millones de canales permite la propagación y retención de 5 a 10 veces más agua que una piel normal, lo que permite al animal controlar eficientemente la temperatura de su cuerpo.
¿Quién lo dijo?:
Miguel de Cervantes.

Sopa de letras

O	P	R	O	D	U	C	C	I	O	N	W	E	I	R	S	O	R	E	D	E	R	E	H
C	V	A	C	S	Q	L	W	T	S	I	S	T	E	M	A	P	K	J	E	V	U	M	G
X	O	I	N	A	B	J	S	M	N	C	L	I	B	R	O	S	U	T	Q	F	R	E	X
S	G	Y	D	O	O	B	T	Z	C	A	L	S	G	C	P	F	I	H	U	X	S	Q	E
M	A	O	Y	K	S	V	W	P	T	A	N	O	D	O	E	M	I	C	B	T	S	K	H
Y	Z	D	Q	X	R	R	O	D	A	I	P	O	C	M	S	M	D	B	I	F	Z	H	C
L	K	T	N	R	E	X	E	J	B	V	M	B	N	E	F	O	Q	O	Z	G	D	K	J
L	V	S	I	E	M	P	X	P	A	Y	A	R	U	R	K	V	N	W	D	E	C	I	Y
M	U	D	G	B	I	O	N	T	J	H	N	A	J	C	L	A	K	T	M	G	X	F	O
E	C	U	A	M	E	T	I	W	A	U	U	D	S	I	R	Y	L	A	M	J	X	S	H
D	C	N	P	D	K	O	Y	D	G	I	S	A	Q	O	T	E	N	W	S	I	A	V	B
I	Z	I	D	O	E	M	Q	J	L	H	C	G	K	E	W	D	O	R	G	I	F	R	P
A	W	V	Q	I	I	H	T	U	G	A	R	R	Z	K	A	M	X	B	C	N	L	O	D
B	S	E	M	R	T	E	R	K	H	U	I	A	R	A	X	Q	O	E	I	F	J	D	O
Z	S	R	Y	A	T	S	I	E	A	F	T	C	B	E	K	O	P	N	L	J	G	A	C
R	E	S	Z	N	T	T	Q	M	P	P	O	N	A	H	L	F	K	D	J	X	Y	R	T
S	N	I	G	O	A	U	H	F	N	O	S	E	T	J	D	I	K	Y	I	E	C	O	U
O	O	D	L	I	L	D	S	X	H	L	C	S	U	E	W	Y	U	Z	T	A	S	S	O
P	I	A	F	C	L	I	C	B	R	O	H	A	Z	X	Y	K	S	Q	P	F	G	E	C
D	C	D	J	A	E	A	R	Q	N	U	I	J	X	K	Y	M	P	N	L	D	H	F	U
B	A	E	E	T	R	N	G	L	C	P	W	R	S	O	I	R	E	T	S	A	N	O	M
F	T	S	O	S	E	T	J	Y	O	T	I	W	Z	P	E	Y	S	I	K	B	J	R	M
Z	S	U	T	E	S	E	W	C	Q	X	F	N	C	H	P	V	O	C	B	P	G	P	D
I	E	O	K	Q	E	S	S	A	U	R	E	V	I	T	A	L	I	Z	A	U	T	G	C

ESTACIONARIO

- ALQUILER
- BAJA
- COMERCIO
- COPIA
- COPIADO
- DEMANDA
- EDAD
- ENCARGADA
- ÉPOCA
- ESTACIONARIO
- ESTACIONES
- ESTUDIANTES
- GESTIONAR
- HEREDEROS
- LIBROS
- MANUSCRITOS
- MEDIA
- MONASTERIOS
- MONJES
- PECIAS
- PERSONA
- PRODUCCIÓN
- PROFESORADO
- REVITALIZA
- SISTEMA
- TALLERES
- TIENDAS
- UNIVERSIDADES

Consultorio sentimental

Mi esposo se cansó de mí y temo me deje

MARUJA (42). Doctora Cora, mi esposo me dijo que se aburrió de mí y no sé qué hacer para que no me deje. Aunque no me ha dicho que me dejará, intuyo que eso puede suceder.

A mí me encantan las novelas y vi una en la que el esposo parecía bueno, como el mío, pero de pronto tenía otra mujer y las engañaba a las dos. Entonces una de ellas se da cuenta y lo comienza a seguir, yo hice lo mismo y él me descubrió. Como no es la primera vez, me dijo que se aburrió de mí. Le prometí que no lo volvería a hacer, pero me dijo que no. Que estaba harto de mis inseguridades. ¿Qué hago? ¡Ayúdeme!



RESPUESTA

Querida Maruja, no vivimos en épocas en la que las mujeres le hacen caso a las novelas. Puedes perder tu matrimonio si sigues viviendo en ese mundo de fantasía que no te da seguridad sino más bien temores. Enmienda el rumbo y esperemos que tu esposo te pueda perdonar. Suerte.

Dra. Cora Song | corasong@gmail.com

HORÓSCOPO de LUISA

Telf: 475-2299 www.luisaladiosadelamor.com

Aries 21 MAR. - 20 ABR.
Disfruta de la compañía de las personas cercanas hoy. Por otro lado, podrías empezar a crear en tu mente nuevas metas laborales.
Tu color: rojo — Tu número: 1

Tauro 21 ABR. - 21 MAY.
Hoy podrías tener eventos sociales o familiares a los que atender; disfrutarás de instantes felices.
Tu color: beige — Tu número: 10

Géminis 22 MAY. - 21 JUN.
Te conviene actuar de manera mesurada; si notas que tienes demasiada tensión acumulada, entonces trata de canalizarla.
Tu color: rosado — Tu número: 2

Cáncer 22 JUN. - 22 JUL.
Hay aspectos positivos que indican que este será un día de gran armonía, de fiestas en las que compartas con algunos amigos.
Tu color: azul — Tu número: 9

Leo 23 JUL. - 23 AGO.
Hoy podría producirse la llegada de alguien a quien estimas mucho; también podrías conocer a nuevas amistades y el amor te sonreirá.
Tu color: marrón — Tu número: 3

Virgo 24 AGO. - 23 SET.
Es posible que hoy un acontecimiento familiar te provoque alegría. En general, será un día para estar con tus seres queridos.
Tu color: blanco — Tu número: 8

Libra 24 SET. - 23 OCT.
Es posible que hoy tus asuntos financieros se activen positivamente. En un plano más íntimo disfrutarás de satisfacciones y amor.
Tu color: fucsia — Tu número: 12

Escorpio 24 OCT. - 22 NOV.
Tal vez hoy sientas cierta tensión; te convendría salir a hacer ejercicio físico para equilibrar energías.
Tu color: amarillo — Tu número: 4

Sagitario 23 NOV. - 21 DIC.
Por otro lado, es posible que realices algunos cambios en casa, tal vez estés pensando en mejorarla.
Tu color: melón — Tu número: 7

Capricornio 22 DIC. - 20 ENE.
Hoy tendrás una gran vitalidad: sal a hacer deporte para equilibrar tu energía y cuida cómo te expreses con los demás.
Tu color: verde — Tu número: 11

Acuario 21 ENE. - 19 FEB.
Podrías mantener unos encuentros cálidos con tus familiares y amistades, pero no olvides que tu vida espiritual también es importante.
Tu color: naranja — Tu número: 5

Piscis 20 FEB. - 20 MAR.
Tienes que hacer uso de tus recursos y habilidades, pues alcanzaste algunas metas debido a tu esfuerzo y saldrás de cualquier problema.
Tu color: azul — Tu número: 7

7 750893 419641

- SÍMBOLO QUÍMICO DE PLOMO
- PREFIJO QUE SIGNIFICA 'SUERO'
- ENSENADA PEQUEÑA
- APUNTE, ANOTACIÓN
- PREFIJO QUE SIGNIFICA 'DIEZ'
- REZAR, CLAMAR, SUPLICAR
- PORCIÓN DE COMIDA QUE CABE DE UNA VEZ EN LA BOCA
- FAMOSO PARQUE PÚBLICO EN VIENA, AUSTRIA
- 'POLICÍA NACIONAL DEL PERÚ'
- POEMA LÍRICO
- 'PERO' EN ITALIANO
- QUINTA LETRA DEL ABECEDARIO
- RÍO QUE NACE EN LA REPÚBLICA CHECA
- RECUPERAR LA SALUD
- ACTRIZ AL LADO DE LA VÍA FÉRREA
- TRAGEDIA DE SHAKESPEARE, 'EL REY ...'
- EXTREMO DE SPORTING CRISTAL, MAXLOREN ...
- CANTANTE DE TECNOCUMBIA, ... CHURA
- TERCERA CIUDAD DE COLOMBIA
- CANTA 'LA FLACA', JARABE DE ...
- DARDO, FLECHA
- ABREVIATURA DE 'TELEVISIÓN'
- ACTRIZ EN 'VENUS' ... EXPÓSITO
- VARIANTE DEL CAFÉ CON LECHE
- COSTOSOS, ONEROSOS, GRAVOSOS
- PARTE COLOREADA DEL OJO
- TEMA DE CHRISTIAN NODAL 'AQUÍ ...'
- FUE ACTOR MEX. DE TELENOVELAS, JORGE ...
- TEMA DE MANÁ 'EL ... CUCÚ'
- ESPAÑA, PAÍSES BAJOS O SUECIA
- CORTAR MIESES O HIERBA CON LA HOZ
- ERROR, FALLO
- 'TRAPO' EN INGLÉS
- TEMA DE SALVATORE ADAMO 'TE ...'
- CONVENIO, ACUERDO, PACTO
- ABREVIATURA DE 'TEENAGER' (ADOLESCENTE)
- LÚCUMA 'EL ... DE LOS INCAS'
- MOVER LOS REMOS PARA AVANZAR
- DÚO DE SOFT ROCK DE AUSTRALIA, ... SUPPLY
- ACTOR EN 'EL CLUB DE LA PELEA' EDWARD ...
- MOLIBDENO
- DOMINIO WEB DE ARGENTINA
- CERRO AISLADO QUE DOMINA UN LLANO
- BATERISTA DE METALLICA, ... ULRICH
- FILME CON ANA CLAUDIA TALANCÓN 'ARRÁNCAME LA ...'
- RECIPIENTE DE CUERO PARA CONTENER VINO
- EXTRAÑA, SINGULAR, PECULIAR
- ALIMENTO DEL CIELO EN LA BIBLIA
- BOINA EN INGLÉS
- TEMA DE LUIS MIGUEL 'COMO YO TE ...'
- UNIR, ENLAZAR, AMARRAR
- VOZ DE ARRULLO
- PROVINCIA DE PIURA
- DELIRIO, PASIÓN
- ACTOR EN 'RIVERDALE' KJ ...
- ACTRIZ EN 'POBRE DIABLA' VANESSA ...

LA ÚLTIMA

■ **LAGOS.** Más de 200 perros de diferentes razas participaron en la sexta edición del Carnaval de Perros en Lagos-Nigeria. Los canes desfilaron con sus mejores trajes navideños.



Arma Lego de 1,8 millones de piezas

■ **BUDAPEST.** De pequeño, Balazs Doczy apenas podía conseguir juguetes Lego en Hungría, separado de Europa occidental por la cortina de hierro. Ahora, este artista construye modelos de 1,8 millones de piezas como un colorido tranvía expuesto desde noviembre en Budapest.

En el corazón de la capital húngara, la construcción del convoy requirió un equipo de 90 personas y 6.800 horas de trabajo a lo largo de un mes. El artista de 48 años asistió al comienzo del montaje antes de volver a la isla española de Mallorca, donde trabaja como instructor de buceo.

Vivamos más y mejor

antropología médica y nutricional
por: José Luis Pérez-Albela

www.perezalbela.pe ✆ 2818677 ✆ 936098953 @perezalbela

Los beneficios del almidón resistente

El almidón resistente es un tipo especial de carbohidrato que a diferencia de otros almidones, no se digiere en el intestino delgado. En vez de ser absorbido como glucosa, llega intacto al colon, donde actúa como prebiótico, alimentando las bacterias buenas de nuestro sistema digestivo.

Hay cuatro tipos principales de almidón resistente: el tipo 1, presente en granos enteros y semillas; el tipo 2, encontrado en alimentos crudos como plátanos verdes; el tipo 3, que se forma al enfriar alimentos cocidos como papas y arroz; y el tipo 4, que incluye almidones modificados químicamente.

Beneficios para la salud:

El almidón resistente mejora la salud digestiva actuando como alimento para las bacterias beneficiosas en el colon, produciendo ácidos grasos de cadena corta como el butirato, que reduce la inflamación y protege contra enfermedades como el cáncer colorrectal. Además, ayuda a controlar el azúcar en la sangre al no provocar picos glucémicos y mejora la sensibilidad a la insulina. También promueve la saciedad, reduciendo el consumo de calorías y mantiene óptimos los niveles de colesterol.

Fuentes:

Entre las fuentes más comunes están los plátanos verdes, ideales para batidos o purés; las papas cocidas y enfriadas, perfectas para ensaladas frías; y el arroz cocido y enfriado, especialmente si es integral. Las legumbres como lentejas, garbanzos y frejoles, también son ricos en almidón resistente, igual que la avena cocida y enfriada.

Consejo:

Enfría los alimentos durante al menos 12 horas antes de consumirlos. Puedes recalentar estos alimentos ligeramente sin destruir el almidón resistente.

Vivamos Felices: Lunes a viernes de 4:00 a.m. a 9:00 a.m. por Radio Felicidad

Bien de Salud: Sábados de 8:30 a.m. a 9:00 a.m. por Panamericana TV.